

## PARTIE I

# Parmi les émotions : le plaisir. Mais bien davantage encore : la joie !

---

### 1. L'expérience du plaisir et son ambivalence

Le plaisir se forme en l'expérience de sensations agréables. Veillons toutefois à ne pas nier la naïveté que peut recouvrir un tel propos. Une telle visée. Car la ligne de satisfactions, si elle requiert des équilibres, ne va pas sans la distance d'une conscience de « soi ». D'une conscience, et connaissance aussi, d'un sens de la vie. La vie aussi de nos propres comportements. Sans quoi, il est certain que cet entretien du plaisir, de fait, se répand à entretenir dans notre vie *“un clivage du moi”* (Freud).

Une question s'impose : les attentes de cette expérience plaisante sont-elles limitées à un pur bien-être ? Un bien-être alors prévisible et attendu. En ces seules inclinations-là, le sujet ici peut se satisfaire de simples déclenchements de stimuli : une décharge d'excitations selon nos goûts physiques et psychiques. Il est ici surtout recherché d'alimenter un processus de subjectivations\* incorporées : l'activation d'un déclenchement du circuit neural de récompense. Un déclenchement ainsi qu'un circuit directs tracés et entièrement fléchés, associés certes, à des schèmes de notre imagination investissant eux aussi tout un fléchage de motivations. Le fléchage en question a rapport à un réservoir d'énergies pulsionnelles. Freud conceptualise ce réservoir

« Çaïque » sous le terme de « libido ». « Ça » pousse et incline en moi. « Ça » meut, en moi. C'est en ces termes-là qu'il indique la strate primaire de la formation en nous des émotions.

Notre attente ici est fléchée selon, ou disons se limite à, la strate de processus motivationnels organiquement ciblés : la libération en nous d'une décharge hormonale. Une dose d'ocytocine, de dopamine, d'endorphine, de sérotonine... Un téléguidage, en somme. Et nullement à leur seul stade de subjectivations, une expérience « du bonheur ». Le bonheur, comme son nom l'indique, a pour finalité un « bien ». Et un « bien » pour nous, c'est la réponse à une aspiration de notre cœur, une réponse à ce que nous nous proposons *consciemment* de poursuivre. Ce plan-là de motivations de notre conduite consiste à faire œuvre de subjectivité, et non pas seulement d'activations inconscientes, et subjectivées. Le propre des activations simplement subjectivées est de caractériser de purs processus fonctionnels. Un trait de ces activations-là, c'est qu'elles sont passives. Elles se passent donc en nous sans mobiliser nos facultés réfléchies et spirituellement informées. Elles sont passives relativement à une aptitude de notre **subjectivité\*** consistant à nous conduire nous-mêmes selon l'option de choix de vie vécue et affirmée en des délibérations conscientes. Conscientes aussi de la portée et de la responsabilité des actes que cette strate-là de motifs conduit elle aussi à poser. Nous avons affaire ici à ce qui pourrait s'apparenter à toute une forme de « business ». Un négoce<sup>9</sup>.

Toute une forme de stratégies d'utilités. Des scénarios écrits d'avance. Tramés selon les seuls aspects d'un psychisme engagé dans les marqueurs d'une biochimie. Pour quelle finalité, en somme ? Pour une vie conduite, et écoulée, au même registre, et toute proportion gardée, sur le même plan d'activations, que celui de la vie de la fourmi. Il s'agit de nous activer telle la fourmi qui se dirige sur la base de messages chimiques, les phéromones. Une activité de messages nommée « sémiachimie » suffit. Une simple détection de signaux, de même type que celui utilisé par les insectes, généralement à partir de leurs antennes. Produites par des glandes, ces sécrétions-là suffisent pour permettre la communication.

### **Descriptif d'un résumé scientifique :**

- Les phéromones de recrutement attirent les congénères en un endroit précis.
- Les phéromones de piste informent les compagnes à la fois sur la qualité et la quantité de la provende, de la nourriture.

– Les phéromones d’alarme alertent, regroupent ou dispersent les ouvrières mises en difficulté par un événement imprévu comme l’irruption d’un intrus.

– Les phéromones territoriales sont déposées au sol à proximité du nid pour dissuader des fourmis étrangères de s’approcher de l’entrée.

À ce seul stade d’expressions de soi, pour nous autres, le processus motivationnel ne dépasse pas le seul registre de subjectivations égocentrées, et d’empreintes, dont la visée en reste au stade pulsionnel. Car le recul, et la finalité d’un *sens à donner nous-mêmes* à des motivations, des activations et actions, des gestes aussi de notre corps et de notre vie, ne se limite pas aux *seuls* champs d’expression que compose et interprète la vie animale. Si bien que nous autres, lorsque nous limitons nos motivations au « moi » de notre vie comme objet (d’investissement) pulsionnel, il court tous les risques, certes. Mais il s’agit surtout du risque de revêtir les caractéristiques d’un *sujet narcissique*. Le narcissisme, on le sait, débouche sur un régime mental finalement esseulé, avec des insatisfactions inévitables, voire une attitude dépressive.

Faudrait-il donc condamner, de manière injonctive et unilatérale, notre rapport au plaisir ? Une voie reste ouverte qui consiste à comprendre que le plaisir, lorsqu’il dépasse en nous l’ambiguïté du désir, est “sain et bon”.

“Sain et bon”, ce sont là les mots choisis par un philosophe s’étant penché sur ce thème avec perspicacité, et audace : Thomas d’Aquin.

Pourquoi alors parler d’ambiguïté de notre rapport au désir ?

Il y a ambiguïté et ambivalence, parce que *l’affectivité dont nous « investissons » les images* ne parvient à prendre un sens authentique que par la vie spirituelle et intellectuelle qui sous-tend le regard et la « lecture » de nos yeux. Seule une expression de vie spirituelle et intellectuelle sous-tend l’investissement existentiel – et non pas utilitariste ni exclusivement « vital » – que nous impulsions en la cognition (psychique) de notre maniement d’images. **L’existentialité**<sup>10</sup> d’une démarche et d’un comportement, désigne tout un secteur de la recherche, tout un champ de recherche. Il s’agit de l’intentionnalité\* de la conscience, ou disons de la recherche qui nous *anime* sur le plan de la visée d’un sens de la vie qui interroge, situe et intègre, notre positionnement **quant à la valeur de la destinée humaine**. À cette lumière, nous donnons vie à tout un domaine de nos réflexions. Y compris concernant notre vie sensible : notre affectivité émotionnelle. Cette vie des émotions peut intégrer le bienfait de précieuses régulations. Et qui donc voudrait se priver de tout cet art d’une acquisition progressive d’équilibres ? Un

équilibre même dans la gestion des émotions mouvant notre affectivité. L'affectivité, c'est toute une dimension de notre vie psychique. Et le psychisme à ce stade, c'est l'activité du traitement des informations de nos 5 sens, de notre mémoire d'automatismes aussi, et de notre imagination. Un traitement nommé cognition. Le **psychisme\***, c'est plus exactement *le vécu* de ces activations, subjectivations\* et représentations tramées à ce stade-là d'abord.

L'affectivité est-elle intégrée à une démarche interpersonnelle ou alors empêtrée dans la fermeture sur un ego captatif ? Freud dirait : un stade d'expressions de notre vie tel que rivé au caractère primaire, voire infantile, d'états de satisfactions restés primaires. Des états primaires, car restés antérieurs à toute réelle considération. Une considération, comme chacun le sait, est faite d'estime, de reconnaissance. En des jugements de conscience où notre intelligence prend aussi une grande part. Estime et reconnaissance mobilisent en nous un dépassement des seules subjectivations psychiques. Freud identifie les termes de ce déplacement. Il s'agit, pour nous-mêmes, de nous déplacer d'une visée réduite au « principe de plaisir ». Comment ? En vertu de notre *attention consciemment exercée*, consciemment informée et avertie. Avertie et informée de quoi donc ? Eh bien, de l'exigence pour la conscience de s'investir dans la voie d'un accès de significations intégrant ce que le docteur de Vienne appelle lui-même « **le principe de réalité\*** ». Sans ce processus d'une progression de la vie psychique par successifs dépassements, il est vrai alors que Freud donne raison à Hobbes : *l'homme est un loup pour ses semblables*<sup>11</sup>. En raison des déséquilibres de son psychisme, il en est le pire ennemi.

Disons donc, et voyons, que ces états primaires de notre psychisme (blessé, déséquilibré, déboussolé) restent captifs alors d'une réification de l'autre, et de soi-même, dans le processus d'une économie libidinale, et de ses formes d'apparemment à la violence. L'autre « soi » que celui de notre moi, est alors réduit à servir de caprices à notre bon plaisir. Il est réduit à l'état d'objet pour nos négociations psychiques. Jusque par les autres, en se servant d'eux comme de purs moyens, il est question de se satisfaire, dans nos incessants balancements entre des subjectivations occupées à compenser des états, désirs et situations ne dépassant pas l'impact de déséquilibres conflictuels. De déséquilibres liés à des conflits. Entretenus sur fond de conflits qui rendent encore plus complexes (!) notre gestion d'émotions prises en plein fouet, car subjectivées. Seulement subjectivées. Nulle mélodie ici ne s'y donne. Nulle mélodie non plus ne s'y atteint par et pour la gestion déjà

simplement mentale de notre vie. De notre vie comme « soi » incorporé jusque dans une histoire, de notre vie à soi comme sujet dont la nature exprime toute une strate d'activations à composantes d'une tonalité ou signifiante psychique.

Max Scheler expose que c'est l'ordre des valeurs<sup>12</sup> qui, dans le développement de toute histoire authentique, forme "*les étoiles polaires des hommes*<sup>13</sup>", c'est-à-dire en somme, un seul et unique ordre possible de toute éternité. Cela, une précieuse indication sur notre chemin de vie. C'est à la lumière de valeurs de l'esprit que les exigences d'une loi seront beaucoup plus nettes. Quelle **loi** précisément ? Celle-ci : le devenir soi ne va pas sans acquisition d'une maîtrise de soi. La maîtrise du caractère impulsif de nos pulsions. Car ce que perd la conscience tombe dans l'oubli : l'oubli d'une attention à « soi » comme aux autres, au point de devenir l'ombre d'un vivant.